

Kaur Life Retreat 2020 - Session 3 - Gurbani Vichar

Worksheet 1

ਰਾਗੁ ਆਸਾ - ਸਕੀ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ - ਅੰਗ 389

Raag Aasaa - Sri Guru Granth Sahib Ji - Ang 389

Word Bank

	ਸੋਇ soy sleeping
ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥	ਰਹੀ rahi remains
aasaa mahalaa panjavaa	ਪਭ prabh the Divine
Aasaa, Fifth Mehla:	ਖਬਰਿ khabar news, informed
Asa, Mejl Guru Aryan, Quinto Canal Divino.	ਭੋਰੁ bhor day-break
	ਬਹੁਰਿ baur again
ਸੋਇ ਰਹੀ ਪਰੁਭ ਖਬਰਿ ਨ ਜਾਨੀ ॥	ਪਛੁਤਾਨੀ pachutani regrets
soi rahee prabh khabar na jaanee	ਪ੍ਰਿਅ pria beloved
	ਸਹਿਜ sahaj easily, slowly
	ਅਨਦੁ anad bliss
ਭੋਰੁ ਭਇਆ ਬਹੁਰਿ ਪਛੁਤਾਨੀ ॥੧॥	ਧਰਉ dharou to place on
bhor bhiaa baur pachhutaanee 1	ਮਿਲਬੇ milbay to unite, meet
	ਲਾਲਸਾ lalsa enthusiasm
	ਆਲਸੁ aalis laziness, sloth
ਪ੍ਰਿਅ ਪਰੇਮ ਸਹਜਿ ਮਨਿ ਅਨਦੁ ਧਰਉ ਰੀ ॥	ਕਹਾ kahaa why
pria prem sahaj man anadh dharau ree	ਕਰਉ karou to do
	ਕਰ kar hand
	ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ amrit eternal thing
ਪਰੁਭ ਮਿਲਬੇ ਕੀ ਲਾਲਸਾ ਤਾ ਤੇ ਆਲਸੁ ਕਹਾ ਕਰਉ ਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥	ਆਣਿ aan to present
prabh milabe kee laalasa taa te aalas kahaa karau ree 1 rahaau	ਨਿਸਾਰਿਓ nisario to pour
	ਖਿਸਰਿ khisar to spill out
	ਗਇਓ gaio to leave
ਕਰ ਮਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਆਣਿ ਨਿਸਾਰਿਓ ॥	ਭੂਮ bhoom earth
kar meh a(n)mrit aan nisaario	ਡਾਰਿਓ dario to fall, to throw
	ਸਾਦਿ saad tastes, experience
	ਮੋਹਿ moh attachment
ਖਿਸਰਿ ਗਇਓ ਭੂਮ ਪਰਿ ਡਾਰਿਓ ॥੨॥	ਲਾਦੀ laadi to be burdened
khisar gio bhoom par ddaario 2	ਅਹੰਕਾਰੇ ahankare pride, ego
	ਦੋਸੁ dos blame, guilt
	ਕਰਣੈਹਾਰੇ karnaihare Creator
ਸਾਦਿ ਮੋਹਿ ਲਾਦੀ ਅਹੰਕਾਰੇ ॥	ਮਿਟੇ mitay to erase, destroy
saadh moh laadhee aha(n)kaare	ਭਰਮ bharam deception, illusion
	ਅੰਧਾਰੇ andare darkness
	ਸਿਰਜਣਹਾਰੇ sirjanhare Maker, Designer, Creator
ਦੋਸੁ ਨਾਹੀ ਪਰੁਭ ਕਰਣੈਹਾਰੇ ॥੩॥	
dhos naahee prabh karanaihaare 3	
ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟੇ ਭਰਮ ਅੰਧਾਰੇ ॥	

saadhasa(n)g miTe bharam a(n)dhaare			
ਨਾਨਕ ਮੇਲੀ ਸਿਰਜਣਹਾਰੇ ॥੪॥੨੫॥੭੬॥			
naanak melee sirajanahaare 4 25 76			